



Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte

Manuela Rüther

Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte Manuela Rüther

 [Download Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem ...pdf](#)

 [Online lesen Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus de ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte Manuela Rüther

152 Seiten

Kurzbeschreibung

In den USA kennt und liebt man sie, bei uns sind sie einer der neusten Trends in der Küche: Micro Greens oder Micro Leaves, die ganz jungen, ersten kleinen Blätter von Brokkoli, Rettich, Kresse, Mizuna, Grünkohl und einer Vielzahl anderer Gemüse. Die Powerpflänzchen, die voller Vitalstoffe stecken, findet man zum Teil auf Bauernmärkten, man kann sie aber auch ganz einfach selber ziehen. Sie wachsen unkompliziert auf der Fensterbank oder dem Balkon. Ein paar Blumentöpfe, Erde oder Substrat und das richtige Saatgut genügen. Geerntet werden die ersten »echten« Blätter, die kurze Zeit nach den Keimblättern wachsen. Wie abwechslungsreich, vielfältig und schmackhaft sie die Küche bereichern, zeigen die Rezepte ? von bunten Salaten, Wraps und Sandwiches über aromatische Suppen, Pasta und Risottogerichte bis zu Smoothies und der überraschenden Verwendung in süßen Speisen. Mit allen praktischen Informationen zum Anbau und 25 Sortenporträts von Amaranth bis Weizen. Über den Autor und weitere Mitwirkende
Manuela Rüther kochte nach dem Abitur in verschiedenen Sterneküchen. Seit 2008 freischaffende Fotografin und Autorin. Ihre Bilder, Geschichten und Rezepte, die zahlreiche Auszeichnungen erhalten haben, erscheinen regelmässig in Magazinen und Büchern sowie in ihrem Blog.

Download and Read Online Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte Manuela Rüther #K8UCLH3TMGS

Lesen Sie Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther für online ebook
Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther Bücher online zu lesen.
Online Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther ebook PDF herunterladen
Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther Doc
Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther Mobipocket
Micro Greens - Micro Leaves: Grüne Power aus dem Küchengarten Anbau, Sorten, Rezepte von Manuela Rüther EPub